



Innkalling til SPU-samling J15/16 i Helgeland

Les gjerne om SPU-samlinger generelt på handball.no under spillerutvikling.

Økt	Dato/klokkeslett	Sted	Tema
1 av 6	19.november 2022 12:30-14:00	Kippermoen idrettshall	Kast og mottak, og skuddteknikk
2 av 6	19. november 2022 16:30-18:00	Kippermoen idrettshall	Individuell forsvarsteknikk

Oppmøte 15min før økta starter, ferdig skiftet og klar til aktivitet.

Ta med:

- Du skal stille i klubbdrakt med tall, og gjerne teip navnet ditt på brystet
- Ball og drikkeflaske
- Klister og klisterfjerner
- Annet nødvendig treningsutstyr
- Matpakke til mellom øktene

Eventuelle meldinger om skade/sykdom eller forfall varsles Victoria Koen per telefon 90626705. Skriv fullt navn, klubb, hvilken samling det gjelder og kort begrunnelse for forfallet. Spørsmål utenfor den aktuelle økta rettes til Victoria Koen (906 26 705) eller mail (se under).

Følgende spillere møter på oppsatt samling:

Brønnøysund	Bertine Alexandra	Lund	Bakspiller
Brønnøysund	Inger Linea	Jægersen	Bakspiller
Hemnes IL	Wilma Veiåker	Sjåvik	Bakspiller
Hemnes IL	Mathilde	Finbog	Bakspiller
Rørvik	Nora	Olsen	Bakspiller
Rørvik	Tuva	Severeide	Bakspiller
Sømna IL	Kaisa	Graven	Bakspiller
Bossmo & Ytteren	Emma Venes	Yttervik	Bakspiller
Bossmo & Ytteren	Sanna	Berge	Bakspiller
Bossmo & Ytteren	Hedda Solvang	Rødahl	Bakspiller
Selfors Ungdomslag	Ingrid Aurora	Nilsen	Bakspiller høyre
Brønnøysund	Helga	Raffaelsen	Kantspiller
Selfors Ungdomslag	Tonje Søreng	Juvik	Kantspiller
Selfors Ungdomslag	Maren Knutsdatter	Risvik	Kantspiller
Rørvik	Andrine Skorstad	Pettersen	Kantspiller
Bossmo & Ytteren	Mia	Jenssen	Kantspiller venstre
Bossmo & Ytteren	Vilja	Sandvik-Mikalsen	Kantspiller venstre
Mosjøen HK	Johanne H.	Strøm	Kantspiller/linjespiller
Bossmo & Ytteren	Agnes	Eggen	Linjespiller
Mosjøen HK	Pia Stimo	Dahl	Linjespiller
Rørvik	Emilie Rørdal	Andersen	Linjespiller
Selfors Ungdomslag	Nora	Kallestad	Linjespiller
Bossmo & Ytteren	Live Nilssen	Brynlund	Målvakt
Korgen	Linnea	Harsvik	Målvakt
Mosjøen HK	Nora Lund	Sandmo	Målvakt

Innrapportering spillere:

Vi er åpne for å vurdere spillere som utvikler seg i løpet av sesongen. Klubbtrener skal da sende en epost til på følgende epost adresse: victoria.koen@handball.no. Eposten skal inneholde navn på spiller samt utdypende informasjon om spillerens kvaliteter. Merk mail med «SPU15 eller SPU16, innmelding spiller».